



2020年度












# 離乳食献立表

ハレルヤ保育園  
072-868-5541



	月	火	水	木	金
離乳食	<p>★ 離乳食期間中に大事にして欲しいこと</p> <p>離乳食をこれから始める方、開始した方も以下の点を大事にして進めていきましょう。</p> <p>①赤ちゃんの発達に合わせて素材、献立、調理を変化させさまざまな食体験を積みましょう。</p> <p>②赤ちゃんには個体差があります。マニュアル通りに進めなくても大丈夫です。発達の様子を見て進めましょう。</p> <p>③楽しい雰囲気の中で食べる楽しさを体験させましょう。(介助する保護者は笑顔で接しましょう。)</p>		<p>♡材料の都合により、献立を変更することがあります。</p> <p>♡ミルクは別に用意しています。</p>		1
	午後食				<p>*初期前・10倍粥 キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p>*初期後・10倍粥 キャベツと人参のペースト 麩ののり煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、人参、麩</p> <p>*中期・粥/後期・軟飯 豚肉と野菜の煮物、麩のすまし汁 胚芽米、豚肉、ブロッコリー、人参 南瓜、塩、麩、ほうれん草 人参、里芋、醤油、だし</p> <p>*中期/小豆粥、バナナ 胚芽米、小豆、青菜、バナナ</p> <p>*後期/小豆粥、バナナ 胚芽米、小豆、青菜、バナナ</p>
離乳食	4	5	6	7	8
	午後食				
離乳食	11	12	13	14	15
	午後食				
離乳食	18	19	20	21	22
	午後食				
離乳食	25	26	27	28	29
	午後食				



土
2
<p><b>*初期前・10倍粥</b> 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p><b>*初期後・10倍粥</b>  玉葱とほうれん草のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、ほうれん草、豆腐</p> <p><b>*中期・粥/後期・軟飯</b> 豚肉とキャベツのみそ煮、すまし汁 胚芽米、豚肉、キャベツ、ブロッコリー 油、味噌、醤油、三温糖、豆腐 わかめ、人参、ほうれん草、だし</p>
<p><b>*中期/きなこ粥、りんご</b>  胚芽米、きなこ、りんご</p> <p><b>*後期/きなこ粥、りんご</b> 胚芽米、きなこ、りんご</p>
9
<p><b>*初期前・10倍粥</b> 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p><b>*初期後・10倍粥</b>  玉葱とほうれん草のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、ほうれん草、豆腐</p> <p><b>*中期・粥/後期・軟飯</b> 牛肉と野菜のみそ煮、豆腐のすまし汁 胚芽米、牛肉、人参、チンゲン菜、玉葱 味噌、三温糖、醤油、油、豆腐 白菜、人参、ほうれん草、醤油、だし</p> <p><b>*中期/南瓜粥、りんご</b>  胚芽米、南瓜、りんご</p> <p><b>*後期/南瓜粥、りんご</b> 胚芽米、南瓜、りんご</p>
16
<p><b>*初期前・10倍粥</b> キャベツのペースト、野菜スープ 胚芽米、キャベツ</p> <p><b>*初期後・10倍粥</b>  キャベツと人参のペースト 麩のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、キャベツ、人参、麩</p> <p><b>*中期・粥/後期・軟飯</b> 豚肉と野菜のあんかけ、麩のみそ汁 胚芽米、豚肉、ほうれん草、人参 キャベツ、三温糖、醤油、片栗粉、麩 キャベツ、里芋、人参、味噌、だし</p> <p><b>*中期/きなこ粥、りんご</b>  胚芽米、きなこ、りんご</p> <p><b>*後期/きなこ粥、りんご</b> 胚芽米、きなこ、りんご</p>
23
<p><b>*初期前・10倍粥</b> 玉葱のペースト、野菜スープ 胚芽米、玉葱</p> <p><b>*初期後・10倍粥</b>  玉葱とキャベツのペースト 麩のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、玉葱、キャベツ、麩</p> <p><b>*中期・粥/後期・軟飯</b> 豚肉と野菜の煮物、わかめスープ 胚芽米、豚肉、ほうれん草、人参、南瓜 玉葱、三温糖、醤油、片栗粉 わかめ、キャベツ、人参、玉葱、塩、だし</p> <p><b>*中期/パスタのくたくた煮、バナナ</b> スパゲティ、野菜、だし、バナナ</p> <p><b>*後期/スパゲティのくたくた煮、バナナ</b> スパゲティ、野菜、だし、醤油、バナナ</p>
30
<p><b>*初期前・10倍粥</b> 白菜のペースト、野菜スープ 胚芽米、白菜</p> <p><b>*初期後・10倍粥</b>  白菜と人参のペースト 豆腐のとろとろ煮、野菜スープ 胚芽米、白菜、人参、豆腐</p> <p><b>*中期・粥/後期・軟飯</b> あんかけ豆腐、里芋のみそ汁 胚芽米、豆腐、白菜、玉葱、人参 三温糖、醤油、片栗粉、里芋、人参 わかめ、小松菜、味噌、だし</p> <p><b>*中期/きなこ粥、りんご</b>  胚芽米、きなこ、りんご</p> <p><b>*後期/きなこ粥、りんご</b> 胚芽米、きなこ、りんご</p>